

2023年女生自我保护安全讲座 未成年保护班会总结(优质5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

女生自我保护安全讲座篇一

为进一步推动未成年人保护工作深入开展，为未成年人成长营造良好的社会氛围，提高社会各界对未成年人保护工作的认识，近日，肥东县东城实验小学积极开展了“未成年人保护工作宣传月”活动。

东城实验小学充分发挥学校教育作用，各班班主任积极响应，利用班队会时间，带领学生学习并观看《未保法普法动漫》视频，普法知识用卡通动画的方式呈现，有趣易学，极大地提高了同学们学法的兴趣。该校共有2307位学生参与了观看学习，并对《未成年人保护法》有了进一步认识，从而提高了自身的法律知识水平，强化了法制观念。

东城实验小学在宣传周内，利用电子显示屏滚动播放宣传视频，加大了“未成年人保护工作”的宣传力度，提高社会影响力，营造了良好的宣传学习氛围。提高了广大教师和学生的法律责任意识，创造了依法保护未成年人的良好氛围。

通过此次法制宣传活动，让学生们增长了法治知识、自我保护意识，提高了师生的法制观念和法制意识，增强未成年人遵纪守法的自觉性，让学生学会用法律武器保护自己，学做有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人。

女生自我保护安全讲座篇二

1. 通过这次主题班会，使学生充分认识到环境对人类生存的重要性，环境的好坏与每个家庭、每个人都是息息相关的。
2. 使学生懂得环境污染造成的危害，保护环境是我们每个人应尽的职责，必须从现在做起，从身边小事做起。以实际行动保护环境，把环境意识落实到行动上，从小培养学生的环保意识和责任。

班会准备 召开班干部会议，阐明保护环境的重要意义，为举行此次主题班会做好思想准备。

教师准备：多媒体计算机、大屏幕投影□ cai 课件。

学生准备：

1. 查阅一些与保护环境有关的资料，并思考作为一名学生应怎样从身边小事做起，从自我做起。
2. 选一名班会主持人。

班会过程

激情导入

(多媒体展示：出现地球转动，然后拉近镜头，出现蓝天、森林和海洋，最后在蓝天白云背景下出现本课班会主题《保护环境，从我做起》)

主持人：蓝色的地球涌动着生命的旋律，绿色的世界养育着万千的生命，我们需要一个美好的环境。而我们的环境却在一天天被破坏，让我们共同保护我们的家园，《保护环境，从我做起》主题班会现在开始。

美丽的环境

主持人：我们祖国的环境真是太美了，请同学们观赏。

(多媒体展示我们的祖国：广袤的平原、茂密的森林、连绵的丘陵、巍峨的山川、可爱的动物、蓝色的大海和芬芳的花朵)

教师：同学们，哪些风景最美丽？

学生 1：在美丽的大、小兴安岭有茂密的森林。

学生 2：在蔚蓝的大海里有成群的鱼儿……

学生 3：……

教师：我们的祖国江河秀丽，山川巍峨。同学们，你们到过我们家乡哪些景点？(文峰山、大基山、三山岛……)感觉怎么样？(非常好，那里山清水秀，空气新鲜，让人感觉很舒服)这些美好的环境，只是我们生活环境的一部分，同学们，你们知道吗？环境污染日益严重，我们正面临着巨大的环境挑战，而保护环境正是我们每个人义不容辞的责任。

令人担忧的环境

教师：现在，令人担忧的是，这么美的环境在一天天遭受着破坏。请同学们观看动画片《小鱼的命运》。

(播放动画：一只小鱼以前在清澈的小河里自由自在地游泳，后来，附近建起了工厂、居民区，不断地向小河里排放污水、垃圾，河里的水质变坏，小鱼和它的兄弟姐妹无处可逃，最后都死了)

教师：同学们，看了这个动画片，你有什么感受？(学生自由发言)为小鱼的遭遇难过，原因是河水被污染、环境被破坏。

主持人：伙伴们，在我们周围有哪些破坏环境的现象？它们都

有什么危害?请同学们讨论后回答。

(学生自由发言)为小鱼的遭遇难过，原因是河水被污染、环境被破坏。

主持人：伙伴们，在我们周围有哪些破坏环境的现象?它们都有什么危害?请同学们讨论后回答。

(学生自由发言)乱砍树、废水乱排放、垃圾乱扔、海上养殖对海水污染和山上乱采石破坏生态环境等等。

教师：同学们说得都很对，近年来，由于人们的乱砍滥伐，河水、海洋的污染都对生态环境造成了巨大危害。

(多媒体展示：工厂滚滚的浓烟，堆积如山的垃圾，乱砍滥伐的树木、草原，日渐严重的沙尘暴……)

看到这一切，你有什么样的感觉?

学生交流：对环境的破坏表示担忧、对破坏环境者表示痛恨。

(多媒体出示数据：酸雨：对森林的破坏、对石像的腐蚀。动物锐减：动物的种类和数量已经减少到前所未有的程度。森林被毁：现在在我国很难找到一片原始森林。河流污染：我国有 90% 的河流受到不同程度的污染。……)

保护环境

主持人：同学们，我们只有一个地球，每个人都有责任呵护她美丽的容颜，我们要好好爱护她才对呀!

教师：动脑想一想，我们如何用实际行动来保护自己的家园?学生自主发言，寻找保护环境的做法。

小组带着问题合作学习，开展讨论，各抒己见，然后全班交

流。

爱护一草一木、不乱扔垃圾、爱护动物、节约用水、对破坏环境的行为和个人坚决举报等等。

主持人：让我们从现在做起，从身边的小事做起，制止破坏环境的行为，保护环境，热爱大自然。这次班会到此结束。

最后教师总结，号召同学做环保小卫士。

评析：

本班会主题鲜明，目标也比较明确。抓住了保护环境，要“从我做起”的关键点。面对人类生存环境的恶化，地球生态平衡的破坏，如何保护环境，是新世纪地球人共同面临的挑战。胡锦涛强调，环境是经济社会可持续发展的依托，是我们共同生存的家园。加强环境保护和建设，是树立和落实科学发展观的必然要求，是坚持以人为本的具体体现。在学校德育中纳入此项内容，帮助未成年人确立环境保护意识，养成维护绿色环境的良好行为习惯，显然，有着重大而深远的意义。

本班会特别关注了班会中教师的主导作用和学生的主体作用的整合问题，通过现场回答问题和大家讨论的形式，充分调动了学生的参与热情和兴趣，充分发挥了学生的主体性。值得肯定的是，设计者从主题确立上，即将“环保”这一大主题，与每一小“我”关联；进而从班会组织过程中，让学生自主搜集资料并主持班会，使每位学生从美好河山的审美到环境污染的叹息，在美与丑的对比中，萌生环境保护的意识、焕发环境保护的激情；在教师引导下，激发出对环境保护、对人类生命关爱的责任意识，并明确环境保护可以从我身边做起、从爱护校园一草一木做起。

班会的亮点在于大量地使用了多媒体手段，以及多种网络资

源，视觉效果明显。但班会在结尾上稍显不足，对主题的提升不够。未能充分展现个人在环境保护中从小事做起的重要性，尤其是保护环从自我做起的途径和可能性没有充分的挖掘。

女生自我保护安全讲座篇三

- 1、使学生了解近视的原因和保护视力的方法；
- 2、纠正学生不良用眼习惯和错误的做眼睛保健操动作；
- 3、教育学生养成良好的用眼卫生、认真做眼保健操和经常锻炼身体的习惯。

- 1、眼看东西的奥秘。
- 2、近视眼及其发生机制。
- 3、中学生患近视的原因。
- 4、科学用眼，预防近视。

俗话说：“眼睛是人的灵魂的天窗。”眼睛能使人获得丰富的知识材料，观赏大自然的壮丽景色，表达内心的情感，体现人的精神面貌，是人们认识客观世界的重要器官。眼睛是怎样看见东西的呢？眼睛好像一架照相机，其中角膜和晶状体相当于镜头，瞳孔相当于光圈，脉络膜相当于暗箱，视网膜相当于底片。眼睛可使自然界的物体成图像，其道理和物体在照相机形成倒像是一样的。当然，人体这双精巧的眼睛比照相机不知要复杂和精密多少倍，不是几句话就能把它的全貌讲清楚的。下面粗略介绍一下人眼成像的一段过程。眼睛看东西全靠眼球（即眼珠）。眼球四周那层眼白叫巩膜，巩膜是眼球的围墙，是不透光的。眼球前面开的那个透明的窗口叫角膜，光线就从这里射向眼球。从角膜往里看，有一

层棕黑色的东西叫虹膜，它中间留有一个小孔叫瞳孔，让光线通过。虹膜的作用跟窗户上的窗帘差不多，光线强烈刺眼睛的时候，虹膜就遮上一点；光线看不清东西时候，虹膜就打开一点。光线通过瞳孔后继续往里前进，穿过晶状体射到眼底上，晶状体无色透明，呈扁圆形，像一个两面凸的镜片，如同放大镜一般，有很强的聚光作用，能把物体射进来的光线集中成影像。眼底上有一层薄膜叫视网膜，它能感受光的刺激，并和视神经相联系。从角膜射进来的光线过了几关，通过晶体集中成影像后，影的光刺激了视网膜，视网膜立即把这个消息通过视神经报告给大脑。人就感觉到这个影像的亮光，看清楚了物体。

1、正常眼的调节。正常人的眼通过调节作用，既能看清远方的物体，也能看清近处的物体。看远方的物体时，眼睛不需作任何调节，物像主很清楚；而看近处的物体时，只有通过调节，使晶状体变凸、增厚，屈光度增大，才能看清物体。晶状体变凸是由于限内睫状肌收缩，使悬吊晶状体的韧带(即晶状体小韧带)放松而产生的。

2、近视眼及其发生机制。近视眼能看清近和物体，在看远处的物体时，由于物像落在视网膜的前方，因此看不清楚。近视可分为两种，一种叫调节性近视，也叫假性近视，另一种叫轴性近视，也叫真性近视。中小学生的晶状体弹性强，调节力大，当物体(如书本)距离眼睛很近时，也能看得清楚。由于他们的读书习惯不好，或由于采光、照明条件不好，总是把书本放得离眼睛很近，睫状肌总是处于收缩状态。久而久之，睫状肌发生持续痉挛，一旦看远方物体时，睫状肌不能放松，晶状体也不能恢复到原来的扁平状态，这种情况就是调节性近视。中、小学生的近视，绝大部分属于这一类型。这时，如果注意保护视力，消除引起调节紧张的因素，视力可以好转或恢复到正常。

3、患近视的原因

(1)眼睛与书本的距离太近，看书和写字姿势不正确，用眼时间过长。我们知道，眼睛看近物体就需要调节，要使晶状体的凸度增加，以增大屈光能力。如果看物体的时间太久，会使晶状体长时间处于高度调节状态，引起睫状肌的疲劳。

(2)光线太弱或太暗，照明度不适合眼睛的要求。一般说来，看书、写字所需的照明度应不低于100勒克斯。

(3)看书的姿势不正确，或看书的场所不恰当。有些少年儿童喜欢躺着看书、坐车看书、走路看书。躺着看书，往往照明不足，姿势歪斜，书本不易放正。为了看清字迹，必然把书本放得较近，这就要加强眼睛的调节，增加眼睛的负担。如果长期有这种不良的看书习惯，就容易造成近视。

(4)遗传倾向的存在，一般高度近视(6屈光度以上，俗称600度)大都是由遗传因素引起的。但是，遗传因素引起的近视占近视眼总数的比例较小。

近视眼是中小学的常见病，是造成视力不良的主要原因。预防少年儿童近视眼，须从多方面着手，采取综合措施方能生效。

1、控制看书时间一般说来，年龄越小，连续看书、写字的时间应该越短。每当连续看书写字达到40-55分钟时，就应该休息10分钟左右，看看天空的云朵(白天)或星星(晚上)，看看远处的树木或建筑物，或者到室外散散步、做做游戏，让眼睛得到休息。

2、保持正确的读写姿势少年儿童看书、写字要养成正确的姿势。要坐得端正用本不要竖立或平放，最好与桌面成30度-40度角，使书本与视线垂直。眼睛和书本的距离保持一尺左右，前胸与桌沿保持一拳距离。眼睛不要向左、右斜视，不要歪扭着头写字，不要趴伏在桌上看书写字，更不要躺在床上看书。

3、调节看书的光线家长和老师应给少年儿童创造良好的看书写字的条件。在教室里集体晚自习，宜采用日光灯。在家中个人晚自习，灯泡不应小于25瓦；最好采用局部照明，例如安装台灯，灯口宜配有浅色灯罩，以免眼睛受白灯光的刺激。光线应从左前方射来，避免被其它物体挡住或减弱光线。白天看书写字宜在室内进行，靠近窗户，但又不应该被阳光直接照射着。

4、走路、乘车不要看书走路或乘车看书是引起近视的原因之一。

5、加强营养和锻炼，增强体质。表面看来，加强营养的锻炼身体，增强体质，似乎与视力无关。其实，这是预防近视的重要措施之一。

6、坚持做眼保健操眼保健操，是采用祖国医学中的推拿、针灸、穴位按摩等方法的原理而科学地制定的。通过近按摩穴位，使弱的刺激引起条件反射，从而消除眼睛调节和集合的紧张状态，并能加强眼部的营养和组织的新陈代谢，改善和增进血液循环，维持眼睛的正常生理功能。

7、看电视时要注意保护视力看电视时，最好坐在电视机正中前方，如坐在旁侧，其观察角度不应小于45度；人与电视机的距离应是电视屏幕尺寸的5-7倍，一般宜在2米左右；电视机放的高度宜与眼睛的水平线等高；要保持电视图像清晰和稳定，不要太亮或太暗；看电视时室内最好开一支3瓦或5瓦的荧光灯，其位置宜在观众后方，使场所不会太暗；每看40或60分钟电视，要有一个短时间的闭目休息，或在电视节目交换的间歇时间里，将视线挪开，看看周围的东西，起身做做别的事情，活动一下身体，让眼睛得到休息。

8、多看绿色物体对眼睛有益当我们经过一阵紧张而繁忙的学习之后，在窗口旁或走出室外，抬头眺望一下远处青绿色的庄稼和树木，紧张的神经顿时觉得缓和下来，疲劳的眼睛随

之感到十分轻松。这不仅是因为望远使眼睛的调节放松，而且还在于青绿色对眼睛有缓和作用。

女生自我保护安全讲座篇四

以下是由本站pq小编为大家整理出来的小学生保护环境主题班会教案，仅供参考。

三年级下册语文 课本第二单元课文都与环保有关，学生学习之后，有了环保意识，为增强学生环保意识、环保责任感，结合学校“美化校园”的活动，特组织一次环保主题的活动。

在地球环境日趋恶劣的情况下，引导学生关注人类共有的生存环境——地球，通过赞环境、忧环境、护环境等形式，使同学们了解环境污染的现状，激发学生爱环境的情感，并激发他们以实际行动参与绿化，宣传环保活动，人人争做环保小卫士。

把主动权交给学生，讲授、活动与表演相结合，在自由、轻松地氛围中激发他们的责任感，发出倡议，保护环境。

- 1、活动前，需要班级环保小卫士在网上搜集环保的图片、视频等资料。
- 2、活动前，需要班级环保小卫士调查周围环境污染的现状。
- 3、班级环保小卫士排练好环保节目。

(一)主持人讲话：同学们，地球是我们赖以生活的美丽家园，创建一个文明、洁净的环境，保护地球，爱护地球是我们的责任。今天这节班会课的主题是“环保从我做起”。

(二)班级环保小卫士情景表演《地球妈妈笑了》，从中感受一些比较突出和严重的环境污染。

主持人：下面让我们再来听一听我班环保小卫士所了解的情况吧。(三)请同学从社会、学校、家庭等说说保护环境的事例。

(三)、实践活动

为了让天空明净，让地球妈妈青春常在，请同学们以“我为环保做贡献”为内容进行讨论。

(四)让学生了解环保知识。

世界水日： 3月22日为“世界水日”。

世界气象日3月23日定为“世界气象日”。

地球日： 4月22日。

世界无烟日： 5月31日定为“世界无烟日”。

世界环境日： 6月5日定为“世界环境日”。

世界防治荒漠化和干旱日： 6月17日被定为“世界防治荒漠化和干旱日”。

世界人口日： 7月11日定为“世界人口日”。

国际保护臭氧层日： 9月16日。

世界动物日： 10月4日定为“世界动物日”。

世界粮食日： 10月6日被定为“世界粮食日”。

国际生物多样性日： 12月29日为“国际生物多样性日”。

女生自我保护安全讲座篇五

当你漫步在绿树荫荫的森林，当你行走于青色一片的绿茵，当你辗转于层峦叠峰之间……你是否想到如果能远远的听到“百啭千声随意移，山花红紫树高低”的鸟鸣，如果能看见穿梭于树中的小猴的身影，如果能遇到溪边饮水的小鹿……那么，大自然会多么灵动，多么迷人。

谁不向往静谧的田园生活？谁不渴望每天看见蓝天白云？谁不期待身边有鸟语花香？听着松涛低语，鸟鸣啾啾，看着苔藓绒绒，树叶飘飘，伴着流水潺潺，鱼儿嬉戏，人都会陶醉其中。

伸出我们的双手，每年种上一棵树；

做一名保护野生动物的积极宣传者；

提倡不食用野生动物，树立饮食新风尚；

劝说、阻止伤害野生动物的人和事；

让我们行动起来，从我做起，从小事做起；

让家乡的树更绿、天更蓝、水更美；

让大地处处充满生命的绿色；

让野生动物与我们人类在同一片蓝天下和谐地生活；

让我们携手共创21世纪人类与野生动物和谐共存的美好家园！